

Ser madre es una tarea difícil.

Si usted se siente triste, nerviosa, asustada o enojada, no está sola.

Una de cada 10 mujeres se siente deprimida luego de dar a luz.

La depresión tiene tratamiento. Si no se trata, la depresión puede hacerle daño a usted y a su familia.

Si se siente deprimida, está bien pedir ayuda.

- Encuentre un grupo de apoyo
- Vea a un consejero
- Hable con su proveedor de servicios de salud

Llame a la
Parental Stress Line
(Línea para Padres con Estrés)

1-800-632-8188

las 24 horas del día, los 365 días del año.
La llamada es privada y usted no tiene
que dar su nombre.

www.postpartum.net

Patrocinado por el Departamento de Salud Pública (Department of Public Health) de Massachusetts de acuerdo con el Comité Asesor de Conexiones Perinatales (Perinatal Connections Advisory Committee). Financiado por el Departamento de Salud y Servicios Humanos (Department of Health and Human Services), Administración de Recursos y Servicios de la Salud (Health Resources and Services Administration, HRSA)/Oficina de Salud Materno-Infantil (Maternal and Child Health Bureau, MCHB).

